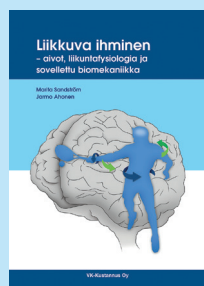


LIIKUNNAN AMMATTI-TUTKINTO/PERSONAL TRAINER PAKETIT 2017

Uudistetut liikunnan ammattitutkinto/personal trainer paketit sisältävät kirjoja, jotka alan ammattilaisten ja opettajien mukaan havainnollistavat, tehostavat ja monipuolistavat hyvään lopputulokseen pääsyä liikunnan ammattitutkinto/personal trainerin opiskeluissa. Kirjat toimivat erinomaisina ”työkaluina” opiskelun perusmateriaalin lisäksi. Paketteja on kahta erilaista: ①. terveysliikuntapaketti ja ②. valmennuksen tukitoimien paketti. Kirjat toimivat päivittäin apuna opiskelun jälkeen työelämässä vahvistamassa omaa osaamista!

①. LIIKUNNAN AMMATTITUTKINTO/PERSONAL TRAINERIN TERVEYS-LIIKUNTAPAKETTI

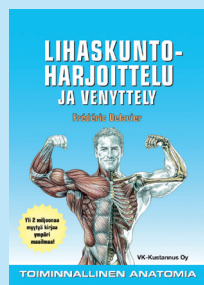
- neuvonnan ja ohjauksen työkalut



Liikkuva ihminen -kirja on liikunnan ammattitutkinto/personal trainerin todellinen päivittäinen ”työkalu”! Alun liikuntafysiologia-osuuden jälkeen keskitytään tuki- ja liikuntaelimestön ongelmiin. Kehon hallinta ja lihastasapaino edellä mennään ryhdin, työergonomian, selän terveyden ja alaraajojen ongelmiin ja niiden ratkaisuihin.



Liikuntaravitsemus kirja on tarkoitettu jokaiselle ammatti-valmentajalle, joka kaipaa viimeisintä, luotettavinta ja ennen kaikkea puolueetonta tietoa siitä, miten ravitsemuksen avulla voidaan edistää terveyttä ja hyvinvointia, parantaa harjoittelun laatua ja saada harjoittelu tuottamaan mahdollisimman hyviä tuloksia.



Lihaskuntoharjoittelu ja venyttely kirja sisältää toiminnallisen anatomian siirrettynä kuntosaliharjoittelun muotoon. Kirjan käyttäminen helpottaa harjoittelun tuloksellista kohdentamista ja asiakkaan ohjaamista.

Liikunnan ammattitutkinto/
personal trainerin
terveysliikuntapaketin hinta.....

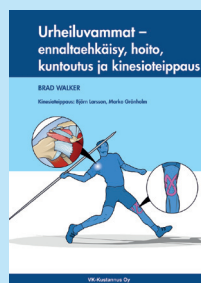
140€
(sh. 167 €)

②. VALMENNUKSEN TUKITOIMIEN PAKETTI

- täydennä osaamistasi



Huippu-urheiluvalmennus kirja vastaa nykypäivän haasteisiin tarjoamalla uusinta tietoa valmennuksen kuormitus- ja ravintofysiologiasta, harjoittelun biomekaniikasta sekä valmennusopillisista perusteista.



Urheiluvammat kirja antaa työkaluja liikuntavammoja ennaltaehkäisevään harjoitteluun, vammojen kuntoutukseen valmentajan näkökulmasta ja kinesioteippaukseen.



Kirja tarjoaa mielenkiintoisen lukumatkan faskioiden maailmaan. Se on liikunnan-opiskelijan, personal trainerin ja urheiluvalmentajan työkalu ja käsikirja. Jokainen, joka hoitaa liikuttua asiakkaita tai valmentaa amatteiksi tai harrastuspohjalta, on syytä päivittää omat tietonsa ja tapansa nykyisen tutkimuksen tasolle. Tarvittava tieto löytyy tästä kirjasta.

Valmennuksen tukitoimien
paketin hinta.....

145€



VK-Kustannus Oy
Paasikivenkatu 2 a
15110 LAHTI
www.vk-kustannus.com

Tilauspalvelu
Pasi Kokkonen
puh. 044 575 1012
pasi.kokkonen@vk-kustannus.com

Kaikista kirjoista lisää kotisivuiltamme www.vk-kustannus.com

Kirjoja voit tilata myös yksittäin. Kirjat saat käyttöösi heti koululla. Voit maksaa osamaksulla 20€/kk/korottomasti tai kertamaksulla.



Tykkää meistä Facebookissa